

Ausbildung  
Biodynamische Craniosacraltherapie

**Abschlussarbeit**

**Resonanz und Heilung**

Thomas Hütten

2009

# Inhalt

- 1. Einleitung**
- 2. Was heißt Resonanz ?**
- 3. Vom Sinn der Resonanz ?**
- 4. Das Ähnlichkeitsgesetz in der Homöopathie.**
- 5. Was bedeutet Heilung aus homöopathischer Sicht ?**
- 6. Die Ursprünge der biodynamischen Craniosacraltherapie.**
- 7. Das heilende Beziehungsfeld**
- 8. Selbstregulation – eine Neuorientierung zur Gesundheit.**

Dein Herz soll im Einklang  
mit dem Herzen der Erde schlagen.  
Du sollst fühlen,  
dass Du ein Teil des Ganzen bist,  
das Dich umgibt.

Gebet der Cheyenne

## **1. Einleitung**

Wenn man sich mit Resonanz beschäftigt, fällt auf, dass viele Dinge im Alltag oder Selbstverständlichkeiten im Funktionieren der Welt auf den Gesetzmäßigkeiten der Resonanz beruhen.

Resonanz ermöglicht, die Zusammenhänge der Welt herzustellen und zu wahren.

Das Ohr tritt in Resonanz mit den Schallwellen, das Auge mit den Lichtquellen, die Riechnerven mit den Duftmolekülen. Resonanz ist die Grundlage der Planetenbewegungen, der Tages- und Jahreszeiten, von Ebbe und Flut, sie koordiniert die Zellen und den Stoffwechsel, sie ermöglicht das Erfassen sinnlicher Eindrücke, die im zentralen Nervensystem mit Hilfe von Resonanzmechanismen verarbeitet werden.

Resonanz ist die Grundlage des Zusammenlebens der Menschen, in alltäglichen Funktionen oder in höheren Bedürfnissen wie beim Nachdenken über die Natur des Geistes, den Sinn des Lebens oder auch über die Liebe.

Zwischenmenschliche Resonanzen finden statt in Form von Kommunikation und Begegnung, Gestik und Mimik, gegenseitigem Verständnis, Sympathie und Antipathie - in jeder Form von Kontakt.

In dieser Abschlussarbeit möchte ich mich dem Phänomen der Resonanz nähern, definieren, was Resonanz ist, und anhand der mir vertrauten Therapieformen Klassische Homöopathie und Biodynamische Craniosacraltherapie verdeutlichen, wie Resonanz sich heilend auswirken kann.

Wer oder was auch immer hinter der alles verbindenden Choreographie steht, mit der Resonanz haben wir eine Grundkraft der Schöpfung vor uns.

Wär nicht das Auge sonnenhaft,  
die Sonne könnt es nie erblicken;  
läg nicht in uns des Gottes eigene Kraft,  
wie könnt uns Göttliches entzücken ?

Johann Wolfgang von Goethe

## 2. Was heißt Resonanz ?

Um mich dem Begriff der Resonanz zu nähern, habe ich nach sinnverwandten Wörtern gesucht, den sogenannten **Synonymen**. Im entsprechenden Lexikon werden folgende Wörter aufgeführt:

Mitschwingen, Mittönen, Erinnerung, Wiederholung, Widerklang, Rückschall, Widerschall, Nachklang, Antwort.

Wörter, die eine ähnliche Bedeutung haben, können ein Gefühl dafür geben, um was es geht bei dem Begriff. Auch das ist Resonanz – sich langsam einschwingen und in Kontakt kommen.

Einige der synonymen Wörter erinnern an Musik, an Klang, an Töne. Ein Beispiel, das in Zusammenhang mit Resonanz immer wieder genannt wird, ist das Schwingen der Stimmgabel. Diese ist auf den Ton A geeicht. Spielt man nun diesen Ton A auf einem beliebigen Instrument, so kann man feststellen, dass die Stimmgabel mitschwingt, bei jedem anderen Ton kommt die Stimmgabel nicht in Schwingung.

Der gespielte Ton A entspricht der **Eigenfrequenz** der auf A geeichten Stimmgabel, daher kann sie zurückklingen. Ähnlich verhält es sich mit Radioempfängern. Ein Radio kann nur die Frequenzen empfangen, auf die es eingestellt ist. Ein auf UKW eingestelltes **Radio** kann keine Mittelwelle empfangen. Noch bevor die exakte Frequenz eingestellt ist, scheint es jedoch so, als würden Sender und Empfänger dazu tendieren, in Resonanz zu gehen, diese anzustreben.

Resonanz braucht also einen **Klangkörper**, ein Instrument, ein Organ, etwas, das schwingungsfähig ist. Es findet Austausch, Übertragung, Kontakt oder Kommunikation statt. Hier schwingt etwas miteinander auf gleicher Wellenlänge. Ein Resonanzkörper schwingt in einer bestimmten Frequenz und gibt diese ab, so dass sie auf einen anderen Resonanzkörper übertragen wird. Dieser Resonanzkörper nimmt die Schwingung auf und sendet seinerseits Schwingungen, mitunter auch in verstärkter Form aus.

Um die Verstärkung der Schwingung zu verdeutlichen, nachfolgend zwei Beispiele.

In der **Straßenverkehrsordnung** gibt es einen Paragraphen, der das marschieren auf Brücken im Gleichschritt untersagt, da die Resonanz des Gleichschritts eine Brücke sehr stark in Schwingung versetzen würde und sie davon zusammenbrechen könnte.

Ein weiteres Beispiel hierfür ist das Zerschlagen eines Glases. Wenn ein **Sänger** genau die Eigenfrequenz eines Weinglases trifft, dann kann er mehr Energie in das Weinglas stecken, als dieses verkraften kann. Das Glas wird in immer stärkere Schwingungen versetzt und platzt schließlich. Hierbei kommt es darauf an, den richtigen Ton zu treffen und zu halten. Es wird nicht gelingen, das ganze Glas zu zerstören, weil jeder Teil des Glases eine andere Eigenfrequenz hat.

Auch in anderen Fachbereichen wird Resonanz beschrieben. Die jeweiligen Definitionen und Beschreibungen machen das Phänomen Resonanz noch besser verständlich. Hier geht es mir nicht um die Bewertung von Theorien, sondern nur um die Annäherung an den Begriff Resonanz.

So beschreibt die soziologische **Systemtheorie** nach Niklas Luhmann Resonanz als eine Übertragungsmöglichkeit für Prozesse zwischen miteinander verbundenen Systemen bzw. von direkt benachbarten Systembestandteilen innerhalb eines Systems aufgrund der Gleichartigkeit beider. Voraussetzung hierbei ist, dass gleichartige Systemzonen existieren und eine Verbindung zum Austausch zwischen diesen beiden existiert.

Die Resonanz vollzieht sich derart, dass das zeitliche Verhalten in der einen Zone auf die andere übergeht. Die Übertragung wird umso besser, je ähnlicher die beiden Instanzen sind und desto geringer, je unähnlicher.

In der **Physik** kennt man im Atominneren Elektronen, deren Spiegelbild Positronen sind und als Paar in Resonanz zueinander stehen. Ändert sich die Eigenschaft eines Teilchens, so ändert sich aufgrund von Resonanz auch das andere Teilchen.

In der **Medizin** nutzt man Ultraschallwellen, um Nierensteine zu zerstören. Hierbei werden bestimmte Mineralien in den Nieren nicht zersetzt und bilden Steine. Trifft man mit der richtigen Frequenz der Ultraschallwellen auf die Nierensteine, platzen diese in kleine Bruchstücke, welche den Harnleiter dann passieren können.

Hingabe entsteht durch Wiedererkennen.  
Trifft man auf etwas, das dem eigenen Wesen  
entspricht, wird man unweigerlich ergriffen.

Lama Ole Nydahl

### **3. Vom Sinn der Resonanz**

Resonanz bezeichnet den Zustand des gemeinsamen, in Einklang Schwingens von Dingen und Wesen. Anscheinend hat die **Schöpfung** Lust, in Harmonie zu schwingen. Wir leben in einem Meer von Teilchen, wir sind diese Teilchen und Resonanz ist hierbei das Grundgesetz. Nicht nur der Körper, sondern auch die Seele und der Geist sind in diesem Schwingungsfeld. Es ist eine Verbundenheit von Mensch, Erde und dem ganzen Universum.

Resonanz kann man hier als Versuch der Natur verstehen, eine gesunde **Ordnung** aufrechtzuerhalten, die Natur im Einklang zu halten.

Wir Menschen haben anscheinend das Bedürfnis, mit anderen Menschen zusammen zu sein. Hierbei ziehen wir aufgrund unserer Ausstrahlung, unseres Denkens, Sprechens und Handelns Menschen in unser Umfeld, welche damit in Resonanz stehen.

So ziehen wir uns nicht nur gegenseitig an, sondern gehen aufeinander ein, fühlen uns ein, unterstützen uns, stehen uns bei und helfen einander.

Resonanz bringt uns einander näher und somit hat Resonanz auch etwas mit Liebe zu tun. Wir fühlen uns zueinander hingezogen, verschmelzen miteinander. Hierbei kommt es zu einer Annäherung von Rhythmen bis hin zum Einklang. Menschen, die einander nah sind, stellen ihre Rhythmen aufeinander ein. Die Grenzen zwischen **Du** und **Ich** lösen sich auf.

Hier ist eine Grundkraft erkennbar. Diese Grundkraft will etwas zusammenführen, in Resonanz bringen und **Liebe** scheint ein Ausdruck dessen zu sein und vielleicht auch das **Ziel dieser Kraft**.

Das, was in unserem Inneren in Resonanz geht mit dem Äußeren, ist ein Teil von uns, ein Ausdruck dessen, was uns ausmacht. Im Äußeren spiegelt sich durch die Resonanz im Inneren etwas wider. So können wir diese Spiegelung nutzen, um etwas über uns zu erfahren. Situationen oder Menschen, denen wir begegnen, haben etwas

mit uns zu tun. Es gibt bestimmte Menschen, die uns etwas bedeuten, andere, die uns abstoßen, wieder andere, die uns Angst machen oder andere Gefühle in uns erzeugen.

Resonanz findet jedoch nicht nur zwischen dem Inneren und Äußeren statt, sondern auch in uns, in unserem Körper, zwischen unseren Organen. Ist der Körper im Gleichgewicht? Sind die Organe zueinander in Resonanz? Fühlen wir uns seelisch im Gleichklang? Durch innere Reflexion nehmen wir immer mehr wahr und werden bewusster.

Wenn die Grundkraft der Resonanz jedoch mit Liebe zu tun hat oder Ziel dieser Kraft Liebe ist, warum erfahren wir dann immer wieder Krankheit und Leid?

Dieser Frage ging schon Buddha vor mehr als 2500 Jahren nach. Für ihn hatte Leid mit Störgefühlen zu tun. Zorn, Stolz, Geiz, Eifersucht, Neid, Anhaftung sind in unterschiedlicher Ausprägung ein Teil von uns und diese Gefühle werden uns im Außen durch Resonanz widergespiegelt. Nach der Gesetzmäßigkeit „Gleiches zieht Gleiches an“ begegnet ein zorniger Mensch im Außen auch „Gleichgesinnten“ oder Menschen, die ihn in seinem Zorn bestätigen.

Wenn jemand ständig an Allem und Jedem etwas auszusetzen hat, zeigt sich dies schon an seinem Blick, dem Ausdruck seiner Augen, seinen herunterhängenden Mundwinkeln. So jemand muss sich nicht wundern, dass er nicht als freundlicher und herzlicher Mensch wahrgenommen wird.

Je mehr jemand jedoch bei sich ist, so lebt und handelt, wie es seiner eigenen Natur entspricht, wie es in seiner Matrix, seinem inneren Bauplan angelegt ist, desto mehr wird von der Strahlkraft der Liebe sichtbar. Hier nähern wir uns - ähnlich wie die am Radio richtig eingestellte Frequenz - langsam der Frequenz an, die die größte Entfaltung in uns ermöglicht. Wir können dann ähnlich einem Diamanten, der blank gesäubert ist von jeglichen Unreinheiten, kraftvoll strahlen.

Mit den oben beschriebenen Störgefühlen sind wir jedoch weit von dem entfernt, was die wahre Natur unseres Wesens ist.

Im weiteren Verlauf dieser Arbeit versuche ich aufzuzeigen, wie man sich diesem inneren Bauplan therapeutisch nähert, auch wenn in den jeweiligen Behandlungsmethoden unterschiedliche Begriffe verwendet werden, die jedoch in ihrer Essenz übereinstimmen.

Aude sapere

Wage weise zu sein

Samuel Hahnemann

#### **4. Das Ähnlichkeitsgesetz in der Homöopathie**

Samuel Hahnemann (1755-1843) war Chemiker, Arzt, Übersetzer und Schriftsteller. Das oben angeführte Zitat war sein Lebensmotto. Bei der Übersetzung einer medizinischen Schrift des englischen Arztes William Cullen zweifelte Hahnemann Cullens Behauptung an, Chinarinde wirke heilend bei Malaria aufgrund ihrer magenstärkenden Wirkung.

Daraufhin nahm Hahnemann die Arznei Chinarinde selber ein, um herauszufinden, welche Wirkung von diesem Mittel ausging. Unmittelbar nach der Einnahme begann er zu frösteln, ein Schaudern lief ihm über den Rücken mit nachfolgendem Fieber und Schweißausbrüchen. Nach einigen Stunden ließen die Beschwerden jedoch wieder nach und traten durch die erneute Einnahme wieder auf. Er kannte diese Kombination der Symptome von seinen Patienten, die an Malaria erkrankten. Alle Beschwerden eines Malariakranken befiehl ihn selbst, ohne an Malaria erkrankt zu sein. Hier schien es einen Zusammenhang zu geben zwischen der Einnahme der Arznei Chinarinde und dem Krankheitsbild der Malaria, jedoch nicht, weil Chinarinde den Magen stärkt, sondern weil dieses Arzneimittel der Malaria ähnliche Symptome am gesunden Menschen hervorruft. Es war vorher schon bekannt, dass Chinarinde Malaria heilen kann und dieser Selbstversuch war für ihn Anstoß zu der Erkenntnis einer Gesetzmäßigkeit, die er folgendermaßen formulierte:

**„Similia similibus curentur – Ähnliches werde von Ähnlichem geheilt“**

Dies war die Geburtsstunde der **Homöopathie** (homoios pathos = ähnliches Leiden) und Hahnemann machte nachfolgend viele weitere Selbstversuche, ebenso wurden seine Familienmitglieder als auch Freunde und Kollegen zu Prüfern verschiedener anderer Heilssubstanzen. Den Rest seines Lebens widmete Hahnemann sich der Homöopathie und im Laufe der Zeit erweiterte sich das Spektrum der geprüften Arzneien, welche Hahnemann dann nach dem Ähnlichkeitsgesetz bei seinen Patienten immer erfolgreicher anwandte.



Um zu verdeutlichen, was das **Ähnlichkeitsgesetz** der Homöopathie mit **Resonanz** zu tun hat, werde ich nachfolgend das Beispiel einer in der Homöopathie häufig angewandten Arznei beschreiben. Ähnlich den Synonymen nähere ich mich über die Signaturenlehre, der Namensgebung, deren Aussehen als auch über die toxischen Auswirkungen auf den Organismus dem Wesen dieser Pflanze und beschreibe einen Menschentypus, der mit dieser homöopathischen Arznei in Resonanz steht und dessen Heilmittel diese Pflanze sein kann.

Diese Arznei, der ich mich hier annähern möchte, ist ein Hahnenfußgewächs und wird entweder **Stephanskraut**, **Läusesamen**, **Rittersporn** oder wie in der Homöopathie **Staphisagria** genannt. Die Griechen nannten die Pflanze wegen ihres Sporns, den die Blüte trägt und der einem Delphin ähnelt, Delphinion, woraus dann lateinisch **Delphinium Staphisagria** wurde. **Staphys** bedeutet soviel wie „die getrocknete Weintraube“ und **agria** kommt von agrios für „wild,scharf“.

Verwendet werden in der Homöopathie die getrockneten Samen, in denen das **Gift der Pflanze** ruht. Interessant hierbei ist das Aussehen der Samen. Sie liegen in einer Samenkapsel, deformieren sich gegenseitig und sehen daher aus wie getrocknete Weintrauben, jedoch mit unregelmäßig eckigen Formen. Im übertragenen Sinne wird hier ein Phänomen versinnbildlicht, dem wir Menschen in unserem Sozialisations- und Reifeprozess ständig ausgesetzt sind. Hier geht es um Freiheit, die dort endet, wo die Freiheit des anderen beginnt. Dies ist zwangsläufig mit Einschränkung beziehungsweise Deformation eines anderen und umgekehrt verbunden. Ebenso formen sich die Samen einander an, als wollten sie miteinander verschmelzen. Sie sind gezwungen, sich anzupassen, da sie so nah aneinander liegen. Die scharfen Kanten der Samen sehen hart aus, sind es jedoch nicht wirklich, da sie sich leicht zerquetschen lassen. Die Anordnung und Form der Samen ist sehr komplex. Sie lassen sich nicht mehr so zusammensetzen, wie die Natur sie in der Kapsel hat ausbilden lassen.

Wenn ich einige der Begriffe zusammenfasse, bekommt man ein Gefühl für die Thematik, um die es hier geht.

**Deformieren, Anpassung und Abgrenzung, zerquetschen lassen, Freiheit, giftig** (im Kern), **wild und scharf**, miteinander **verschmelzen**, **Ritter**(sporn) => der Ritter ist edel, kämpft für die Ehre, **Läuse**(samen) => Läuse nisten sich ein, **Opfertyp, komplex** (vielschichtig, Minderwertigkeitskomplex, kompliziert ).

Die Auflistung könnte endlos weitergeführt werden. Hier wird jedoch deutlich, wie ein Mensch strukturiert ist, der mit diesen Begriffen etwas zu tun hat, der hierzu eine Resonanz hat.

Der Mensch, dessen **Heilmittel Staphisagria** ist, kann sich oft schwer abgrenzen, passt sich oft zu sehr an, lässt sich deformieren, wird jedoch giftig, wenn man ihn zu sehr demütigt. Er sehnt sich nach der idealen Partnerin und will mit ihr verschmelzen, grenzt sich dann aber wieder zu sehr ab und lässt dann keine Nähe zu. Seine Persönlichkeit ist sehr komplex, hat viele Seiten und ist schwer zu verstehen. Er ist sehr romantisch und schnell in seiner Ehre verletzt. Oft ist er das Opfer, selbst Insekten scheinen dies zu spüren und stechen ihn. Er erfährt oft Grenzüberschreitungen.

Die **giftige Wirkung** von Staphisagriasamen verursacht einen Verlust des Bewegungsvermögens und der Stimme, eine allgemeine Muskelschwäche. Ebenso eine völlige Unempfindlichkeit und Entzündung der inneren Organe bis hin zum Tod.

Hier zeigen sich die Themen **Wehrlosigkeit** (Verlust des Bewegungsvermögens, Stimmlosigkeit, die Stimme bleibt weg = **fassungslos** sein) bei gleichzeitiger **innerer Aggression** (Entzündung innerer Organe). Der staphisagriakranke Mensch frisst zu viel in sich hinein, wird autoaggressiv.

Staphisagria ist daher ein wichtiges Mittel bei unterdrücktem Zorn, Beleidigungen, Demütigungen, Kränkungen, Kummer und den daraus resultierenden körperlichen Beschwerden.

Ausschlaggebend für die Wahl dieses homöopathischen Arzneimittels sind jedoch die in den Arzneimittelprüfungen mit dem verdünnten und potenzierten Ausgangsstoff (den Samen) entstandenen Prüfungssymptome, die den Symptomen des Patienten am ähnlichsten sind.

Durch die Gabe des homöopathischen Mittels entsteht beim Patienten eine sogenannte Scheinkrankheit, die der zu behandelnden Krankheit sehr ähnlich ist. Hier geht die Scheinkrankheit in Resonanz mit der eigentlichen Krankheit - ähnlich wie die Stimmgabel mit dem Ton A - und regt dadurch eine Heilreaktion im Menschen an.

Heilung bedeutet für den Staphisagriapatienten nicht nur ein Verschwinden seiner körperlichen Beschwerden, sondern die Gabe dieses Mittels ermöglicht ihm auch, sich mehr im Lot zu fühlen, Nähe zuzulassen ohne sich zu verbiegen, sich mehr Respekt zu verschaffen und nicht immer nur Opfer zu sein.

## § 9. Organon der Heilkunst, 6. Ausgabe 1842

Im gesunden Zustande des Menschen waltet die geistartige, als Dynamis den materiellen Körper belebende Lebenskraft unumschränkt und hält alle seine Theile in bewundernswürdig harmonischem Lebensgange in Gefühlen und Thätigkeiten, so daß unser inwohnende, vernünftige Geist sich dieses lebendigen, gesunden Werkzeugs frei zu dem höhern Zwecke unsers Daseins bedienen kann.

Samuel Hahnemann

### **4. Was bedeutet Heilung aus homöopathischer Sicht**

Samuel Hahnemann beschreibt in diesem Paragraphen seines Lebenswerkes, dass in uns Menschen eine Kraft wirkt, die alle Teile in uns harmonisch zusammenhält und uns ebenso ermöglicht, ein Potential freizusetzen, das etwas zu tun hat mit einem höheren Zweck, der anscheinend in uns angelegt ist. Hier will sich anscheinend etwas entfalten, hier drängt etwas in Richtung Entwicklung. Wie ein Samenkorn, in dem schon alle Informationen der späteren Pflanze enthalten sind, so existiert auch in uns ein Bauplan, der ein Potential aufzeigt, das sich entfalten will.

Ebenso kann es sein, dass es nur etwas zu entdecken gibt, das immer schon da war und sich im Laufe des Lebens immer deutlicher zeigt. Krankheit schränkt uns hierbei ein, Gesundheit macht freier. Hierbei geht es um ein gesundes Lot, um ein Gleichgewicht, das mit Hilfe einer homöopathischen Arznei angeregt wird. Es wird nichts bekämpft wie in der Schulmedizin (Allopathie), sondern durch Ähnlichkeit und somit Resonanz etwas ermöglicht.

In den jeweiligen homöopathischen Mitteln steckt, wie im Fallbeispiel von Staphisagria beschrieben, ebenso ein Potenzial. Ein Mensch, der ein homöopathisches Mittel braucht, zeigt durch seine Beschwerden und seine sonstigen Probleme auf, wo er steckengeblieben ist, was ihn einschränkt, welche Muster zu diesen Beschwerden geführt haben. Wenn diese Einschränkungen durch Gabe einer homöopathischen Arznei gelöst werden, kann hier ein Potenzial freigesetzt werden, das immer schon da war. Die Thematik des jeweiligen Mittels weist auf die Möglichkeiten hin, die vielleicht irgendwann gelebt werden können.

Dies ist ein Prozess, daher kann die Homöopathie prozessorientiert sein. In Gesprächen wird dem Patienten dies verdeutlicht. Er kann in seinen eigenen Spiegel schauen und sich seiner selbst bewusster werden.

Ich möchte in dieser Abschlussarbeit einen Homöopathen der Gegenwart nicht unerwähnt lassen, der sich sehr intensiv mit dem Thema Heilungskriterien auseinandergesetzt hat.

**Georgos Vithoukas**, griechischer Homöopath und Träger des alternativen Nobelpreises, hat versucht anhand der drei Ebenen, geistig, emotional und körperlich zu definieren, was vollkommene Gesundheit auf den jeweiligen Ebenen theoretisch bedeuten könnte. Hier sei jedoch erwähnt, dass es absolute Gesundheit nicht gibt und wir Menschen uns dem immer nur annähern können.

Er beschreibt **Gesundheit auf der geistigen Ebene** als eine Freiheit von egoistischen Zielsetzungen, ein Zustand alleiniger Orientierung an den unverlierbaren Werten. Vithoukas meint, dass Menschen leiden, die sich von selbstüchtigen Zielen und Besitzgier leiten lassen. Je größer der Egoismus desto unfreier der Mensch. Das Streben nach dem nichtmateriellen „Guten, Wahren, Schönen“ schließt die Empfänglichkeit für materielle Werte nicht aus, lässt sie jedoch nicht zum obersten Ziel werden.

Für mich hat Gesundheit auf geistiger Ebene auch etwas zu tun mit Geistesruhe. Hierbei entsteht mehr Klarheit und verlieren sich Zwanghaftigkeit und Begierde, die letztendlich zu Leid führen. Dadurch ist man seinen inneren Zuständen nicht mehr so hilflos ausgeliefert. Durch Klarheit nähert man sich der Wahrheit an. Man sieht die Dinge so, wie sie wirklich sind. Hierbei möchte ich den buddhistischen Lama **Ole Nydahl** zitieren : „**Höchste Wahrheit ist höchste Freude**“ .

Es wird deutlich, dass geistige und emotionale Ebene schwer abzugrenzen sind und miteinander zu tun haben, sich gegenseitig bedingen.

Für Vithoukas bedeutet **Gesundheit auf der emotionalen Ebene** einen Zustand der Freiheit von leidenschaftlicher Besessenheit, der sich ausdrückt in innerer Ruhe und heiterer Gelassenheit. Man wird hierbei nicht gefühlkalt oder lässt sein Gefühlsleben verkümmern, sondern bleibt offen für das volle Spektrum emotionaler Erlebnismöglichkeiten ohne einseitige Fixierung. Dies geht nur, wenn man hierbei im Lot bleibt und kein einzelner Gefühlsaspekt ausufert.

**Gesundheit auf körperlicher Ebene** bedeutet für ihn Freisein von Unwohlsein und Schmerzen, uneingeschränktes körperliches Wohlbefinden. Vielleicht hat dies jeder schon einmal, auch nur für kurze Momente erlebt. Ein Zustand, in dem man sich des Körpers auf keinerlei negative Weise bewusst war.

Wie erringen wir wahres Gewahrsein?

Indem wir dem Wissen entsagen.

Rumi

## **5. Die Ursprünge der biodynamischen Craniosacraltherapie**

Die Craniosacraltherapie entwickelte sich aus der Osteopathie. Ähnlich mutig wie Samuel Hahnemann und gegen den Strom schwimmend wagte der Osteopath William Sutherland (1873-1954), eine gängige Meinung seiner Kollegen anzuzweifeln und durch Selbstversuche etwas damals Neues zu entdecken.

Angezweifelt hat er damals die mehrheitliche Auffassung, dass eine Eigenbewegung der Schädelknochen eines Erwachsenen nicht möglich ist, da sie, anders als beim Säugling, fest miteinander verwachsen sind. Er war ein Mensch mit viel Humor und so betrieb er seine Forschungsarbeiten unter dem Pseudonym Blunt Bone Bill (= stumpfsinniger Knochen-Bill, wobei Bill die Kurzform von William ist).

Er war überzeugt, dass sich die einzelnen Schädelknochen bewegen. Ausschlaggebend für diese Überzeugung war eine Einsicht, die ihn wie ein Blitzschlag traf. Er stellte fest, dass die Suturen der Schädelknochen den Kiemen von Fischen ähneln, welche angelegt sind für die Atembewegung.

Sutherland konstruierte sich einen Helm, mit dem er mittels Lederriemen Druck auf einzelne Schädelknochen ausüben konnte, so dass diese keinerlei Bewegungsspielraum mehr haben konnten. Seine Frau führte hierbei Protokoll, da je nach Fixierung eines Schädelknochens unterschiedliche Reaktionen seitens Dr. Sutherlands auftraten.

Das Reaktionsspektrum reichte von unterschiedlichen Schmerzen, Veränderungen der Körperfunktionen, emotionalen Auswirkungen bis hin zu geistigen Störungen. Seine Frau befreite ihn letztendlich von dem Helm, da er auch mehrmals in Ohnmacht fiel.

Aus den Reaktionen seines Körpers schloss er, dass die Bewegung der Schädelknochen irgendeine wichtige physiologische Funktion haben muss. Er befasste sich im weiteren Verlauf seiner Untersuchungen über die physiologischen Bewegungen hinaus immer mehr mit den subtilen Kräften im menschlichen System.

Sutherland fand heraus, dass lebendiges Gewebe sich in Bewegung äußert und diese atemähnlichen Bewegungen konnte er mit seinen Händen palpieren.

Er stellte ebenso **subtile rhythmische Bewegungen** beim zentralen Nervensystem und der Cerebrospinalflüssigkeit, die es umspült, fest. Anscheinend äußert sich Leben in Bewegung und somit gibt es wohl auch eine klare Beziehung zwischen Bewegung und Gesundheit.

Deutlicher wird dies durch seine nachfolgenden Erkenntnisse, indem er sich tiefer mit den Ursprüngen dieser Rhythmen befasste.

Für ihn gab es ein ordnendes Prinzip, das durch etwas erzeugt wurde, das er den „**Breath of Life**“ (=Lebensatem) nannte. Mit seinen Händen spürte er eine Eigenbewegung am ganzen Körper von innen heraus, deren bewegende Kraft er die „**Potency**“ (=Kraft, Wirksamkeit) des „**Breath of life**“ nannte. Diese „**Potency**“ ermöglicht, dass der „**Breath of Life**“ alle Zellen, Gewebe und Flüssigkeiten des Körpers durchdringt. Sie hat eine ordnende und heilende Funktion. Gesundheit erkennt man an einer vollen und ausgeglichenen rhythmischen Bewegung. Ist der rhythmische Ausdruck des Breath of Life gestaut oder eingeschränkt, so sind die Ordnungsprinzipien beeinträchtigt und somit die Gesundheit gestört.

Hier wird etwas beschrieben, mit dem wir in Kontakt treten können. Über diese gezeitenähnlichen Bewegungen des körpereigenen Flüssigkeitssystems können wir mit unseren Händen kommunizieren und wahrnehmen. Die „**Potency**“ besitzt anscheinend eine ordnende Intelligenz und ist Ausdruck von Gesundheit. Sie ist unsichtbar wie eine Flüssigkeit in der Flüssigkeit.

Dies ist auch der Ansatz der **biodynamischen Craniosacraltherapie**. Der Kern dieser Arbeit ist in erster Linie das Ausrichten der Aufmerksamkeit auf die „**Potency**“ des „**Breath of Life**“ und somit die Kontaktaufnahme mit den Selbstregulationsmechanismen, mit der **innewohnenden Weisheit**.

Wenn du einen Baum anschaust und seine Stille wahrnimmst, wirst du selbst still. Du verbindest dich mit ihm auf einer sehr tiefen Ebene. Du fühlst diese Einheit mit, was immer du in und durch Stille wahrnimmst. Diese Einheit deines Selbst mit allen Dingen zu spüren, das ist wahre Liebe.

Eckhart Tolle

## **6. Das heilende Beziehungsfeld**

Wenn man als Behandler in der biodynamischen Craniosacraltherapie in Kontakt treten will mit einem Patienten, ist es wichtig, mit sich selbst gut in Kontakt zu sein. Hier soll ein Beziehungsfeld aufgebaut werden und es nähern sich zwei Körpersysteme einander an, um miteinander in **Resonanz** zu gehen.

Als Behandler ist es daher wichtig, mich mit viel Respekt zu begegnen und mich dem anderen ebenso mit Respekt zu nähern.

**Respekt** mir selbst gegenüber heißt, erst einmal wahrzunehmen, wie es mir geht, wie ich mich fühle, wie mein Körper sich anfühlt. Sitze ich bequem oder ist eine andere Position für mich angenehmer. Wenn ich mich hierbei gut ausrichten kann und mich wohl fühle, ist es im nachfolgenden Kontakt mit dem Patienten einfacher, **präsent** zu sein. Ich ruhe dann gut in mir selbst und werde nicht so leicht abgelenkt. Es ist wichtig, alle Gefühle, die auftreten, wahrzunehmen und zuzulassen, ohne an ihnen festzuhalten. Wie in einer Meditation lasse ich auch Gedanken an mir vorbeiziehen und bleibe im **Hier und Jetzt**.

Mich dem anderen mit **Respekt** anzunähern heißt, dafür zu sorgen, dass es dem Patienten gut geht, er sich wohl fühlt in seiner liegenden Position. Hierbei kann ich nachfragen und auch dazu auffordern, die liegende Position zu verändern, falls sich etwas nicht so gut anfühlt. Es ist wichtig zu vermitteln, dass es um ein Miteinander geht und dass der Patient nicht einfach nur etwas über sich ergehen lässt. Auch seine bewusste Wahrnehmung ist gefordert. Während der Behandlung sollte er sich trauen zu sagen, wenn er sich unwohl fühlt, das schafft Nähe und Vertrauen.

Der nächste Schritt ist die Bewegung auf den anderen zu. Ich möchte Kontakt aufnehmen über meine Hände. Hierzu ist erst einmal die Bereitschaft wichtig, dies tun zu können. Meine Bereitschaft kann ich dem Patienten mitteilen und ihn ebenso fragen, ob er bereit ist für die Kontaktaufnahme.

Auch beim Kontakt ist es wichtig, etwas auszuhandeln. Ich kann versuchen, meine Hände wie Korke auf der Wasseroberfläche sanft aufzulegen. Manch ein Patient empfindet dies jedoch als immer noch zu nah oder spürt zuviel Druck, ein anderer möchte mehr Kontakt sowohl physisch mit mehr Druck der Hände als auch mit meiner Aufmerksamkeit. Hier kann ich mich innerlich sowohl etwas mehr zurücklehnen und ebenso mehr in Kontakt gehen, indem ich mich mehr zuwende.

Hieran erkennt man, dass in der biodynamischen Craniosacraltherapie etwas ausgehandelt wird. Sowohl Behandler als auch Patient sollten sich wohl fühlen. Nur so kann **Resonanz** entstehen. Man schwingt sich aufeinander ein, bis es übereinstimmt. Dann findet etwas statt, was man „**Holistic Shift**“ nennt. Hier findet ein Wechsel im Körpersystem des Patienten statt. Indem die beiden Körpersysteme miteinander andocken und in Resonanz gehen, kann sich das Körpersystem des Patienten entspannen und sein System fährt eine Stufe runter. Erst jetzt ist es für mich möglich, dass meine Hände verschmelzen mit dem Flüssigkeitssystem des Patienten. Dadurch bekomme ich Kontakt zu der schon vorher beschriebenen „**Potency**“ und dem „**Breath of Life**“. Ich kann deren Rhythmus wahrnehmen.

Ein wichtiges Kriterium für den Beginn und auch den weiteren Verlauf einer Behandlung ist es, vorurteilsfrei zu sein oder wie in dem Zitat von **Rumi** beschrieben, „**dem Wissen zu entsagen**“, um wirklich bewusst wahrzunehmen, ohne die Wahrnehmung den eigenen Konzepten, Beurteilungen, Interpretationen und Erinnerungen unterzuordnen.

Gehindert werden an der bewussten Wahrnehmung kann man auch durch eine Erwartungshaltung, indem man sich auf die Suche begibt in der Erwartung, irgendwo eine Störung im Körpersystem des Patienten finden zu müssen. Mit den Gedanken ist man dann womöglich zu sehr fixiert auf etwas und verhindert dadurch, das wahrzunehmen, was wirklich ist oder was darüber hinaus noch ist.

Möglich ist dies für mich, indem ich mit meiner Aufmerksamkeit bewusst auch immer einmal zu mir zurückkomme, mich in meiner Mitte fühle und ausrichte und mich nicht in das Körpersystem des Patienten hineinziehen lasse. Ich versuche, ein weites Wahrnehmungsfeld zu halten und mich gleichzeitig zu der „**Potency**“ des „**Breath of Life**“ zu orientieren. Hierbei bin ich in Kontakt mit der **Stille** und **Weite** des Raumes. Die Stille, aus der Kraft, Form und Bewegung kommt. Die Stille aus der Quelle des Daseins.



Gesund ist, was frei macht ...

## **7. Selbstregulation - eine Neuorientierung zur Gesundheit.**

Ich arbeite seit 14 Jahren in meiner Praxis mit klassischer Homöopathie, daher ist mir diese Therapieform sehr vertraut. Mit der biodynamischen Craniosacraltherapie ist eine zweite Methode mit mir in Resonanz gegangen. Ich spüre, dass hier etwas mit mir schwingt, dass sich richtig anfühlt, etwas, mit dem ich arbeiten möchte. Schon vor 20 Jahren lernte ich die Craniosacraltherapie kennen, jetzt scheint jedoch erst der Zeitpunkt gekommen zu sein, wo diese Methode mit mir übereinstimmt, ähnlich dem Radio, an dessen Drehknopf man sich langsam der Frequenz nähert, anfangs noch mit Störgeräuschen, bei genauer Übereinstimmung der Frequenz mit klarem Empfang.

Im Kern beider Methoden geht es darum, etwas zu ermöglichen. Ich trete in Kontakt mit natürlichen Kräften, die etwas in Einklang bringen wollen. Ob nun die Globuli etwas anregen oder meine Hände Raum geben – das Körpersystem reagiert darauf und versucht zu ordnen. Eine Intelligenz ist hier wahrnehmbar, die das Bestreben hat, **Gesundheit** herzustellen.

Als Behandler ist es wichtig, dieser **Intelligenz der Natur** zu vertrauen. Nicht zu forcieren, sondern Raum zu geben. Wenn ich gut in mir zentriert, in meiner Mitte bin, bekomme ich mit, ob sich etwas richtig und gut anfühlt. Ebenso kann es sein, dass im Patienten Dinge passieren, die ihn überfordern oder nicht Ausdruck von Gesundheit sind. Dies ist mir aus der Homöopathie vertraut. Ein homöopathisches Mittel, das nicht in Resonanz geht mit dem Patienten, kann Reaktionen hervorrufen, die eher ein Ungleichgewicht erzeugen als eine **gesunde Ordnung** herzustellen. Dies zu erkennen ist wichtig und schafft Vertrauen.

Ist der Patient wieder in einem gesunden Lot, in einer gesunden Ordnung, in seiner Mitte, so ist vieles möglich. In harmonischer Eigenresonanz schwingt sein Körpersystem wie in einem Rhythmus zu schöner Musik. Er tanzt seinen eigenen Tanz und kommt dem näher, was von Natur aus so gemeint ist, wie er vielleicht sein sollte. Das ist die Essenz beider Methoden. Es geht hier auch um **Liebe**. Dies mag ungewöhnlich klingen, jedoch Liebe ist der Ausdruck dessen, worum es geht, wenn es sich gut anfühlt, wenn man bei sich ist, alles rund ist und sich selber so nehmen kann, wie man ist. Dann liebt man sich selbst, kann ein klein wenig davon auch anderen geben und somit auch deren Leben bereichern.

Beenden möchte ich meine Abschlußarbeit mit einem Zitat aus der biodynamischen Körperpsychotherapie:

"Ist die Energie im Fluss, empfinden wir Lust,  
wenn sie sich staut dagegen Frust“.

### **Literatur, die mich inspiriert hat für meine Abschlussarbeit :**

**Rüdiger Dahlke:** Der Mensch und die Welt sind eins

**Friedrich Cramer:** Symphonie des Lebendigen

**Lama Ole Nydahl:** Der Buddha und die Liebe

**Georgos Vithoulkas:** Die wissenschaftliche Homöopathie

**Samuel Hahnemann:** Organon der Heilkunst, 6. Auflage

**Homöopathische Einblicke:** Heft Nr. 60, Dezember 2004

**Ausbildungsskript:** Craniosacrale Biodynamik, UTA Institut Köln 2007-2009

**Susanne Charisse-Tara:** Craniosacraltherapie und Homöopathie

**Eckhard Tolle:** Stille spricht

Und natürlich das Internet [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)